**SKLOP VAJ 45/2012**

1. **Vaja ZAPOREDNO POMNJENJE ŠTEVILK**

NAVODILO: Preberite spodaj naštete številke v podanem zaporedju.

V 3 minutah zapišite številke v enakem vrstnem redu, ne, da bi jih še enkrat pogledali.

Vsaka zaporedno pravilno zapisana številka je vredna 1 MemoHELP točko.

5 4 9 8 7 5 8 6 5 9 1 2 3 3 5 2 1 4 2 5

\_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_

Število MemoHELP točk:

Število MemoHELP točk po udeležbi na delavnici:

1. Vaja **UGANKA**

NAVODILO: Preberite spodaj zapisano uganko in jo poskušajte razvozlati.

Če vam je ne uspe razvozlati v 2 minutah si jo vizualizirajte.

Narišite si zapisano uganko in bo lažje.

Vsaka rešitev uganke je vredna 1 MemoHELP točko.

»Podoben je orehovi lupini,  
v pogon motor ga spravi ali veslo.  
Z njim vozimo po vodni se gladini,  
med vožnjo nas bo zibalo in treslo?«

*(Čoln)*

1. Vaja **ZAPOREDNO POMNJENJE PREDMETOV**

NAVODILO: Preberite spodaj naštete predmete v podanem zaporedju.

V 3 minutah zapišite prebrane besede - predmete v enakem vrstnem redu, ne, da bi jih še enkrat pogledali.

Vsaka zaporedno pravilno zapisana beseda je vredna 1 MemoHELP točko.

1. tableta

2. stroj

3. jagoda

4. britev

5. knjiga

6. plakat

7. cvetlica

8. prsti

9. jopa

10. škarje

11. ribez

12. zaboj

13. majica

14. sonce

15. tabla

16. recept

17. kladivo

18. gasilni aparat

19. črka

20. pašteta

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Število MemoHELP točk:

Število MemoHELP točk po udeležbi na delavnici:

1. Vaja SPOMNI SE

NAVODILO: V 1 minuti se spomni 10 imen na črko O:

Vsako ime je vredno 1 MemoHELP točko.

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Število MemoHELP točk:

Število MemoHELP točk po udeležbi na delavnici:

1. Vaja NAŠTEJ

NAVODILO: V 1 minuti naštejte 10 predmetov, ki jih uporablja cvetličar:

Vsaka beseda je vredna 1 MemoHELP točko.

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Število MemoHELP točk:

Število MemoHELP točk po udeležbi na delavnici:

1. Vaja NAKLJUČNE BESEDE

NAVODILO: Preberite spodaj naštete besede.

V 2 minutah zapišite prebrane besede v enakem vrstnem redu, ne, da bi jih še enkrat pogledali.

Vsaka pravilno zapisana beseda je vredna 1 MemoHELP točko.

cesta – lopar – hlače – pokrov - plastika– žep – čemaž – kvaliteta – jajce – hlod – grižljaj – mehur – prt – tolkalo – banana

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Število MemoHELP točk:

Število MemoHELP točk po udeležbi na delavnici:

1. Vaja TELOVADNICA

NAVODILO: Dvig noge sede.

• Usedite se na stol.

• S hrbtom se naslonite na naslonjalo. Hrbet mora biti zravnan.

• Z rokami se primite za rob stola.

• Dvignite eno nogo do vodoravnega položaja.

• Za trenutek zadržite.

• Druga noga je pokrčena. Stopalo je na tleh.

Vajo ponovite z vsako nogo 5x.

**STOP slabemu spominu!**

**MemoHELP!**

mag. Vanja Jus, vodja projekta

EIC Univerzum Minerva Maribor

Prušnikova ulica 46, SI-2000 Maribor

M: 031 854 088, T: 059 055575 F: 059 055 576 E:[memohelp@umi.si](mailto:memohelp@umi.si)¸ S:[www.memohelp.si](http://www.memohelp.si)